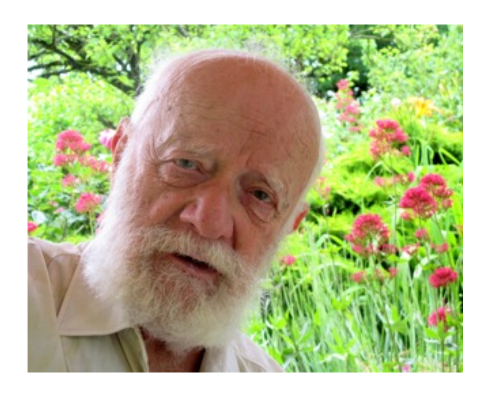
Pour radicaliser une autoformation spirituelle existentielle



« J'appelle « constructeurs » ceux qui révèlent qu'un travail d'organisation s'ébauche dans une société détruite ». Elie Faure – Œuvres complètes. Tome I.

« Le combat spirituel est aussi brutal que la bataille d'hommes ». Rimbaud - Une saison en enfer.

Alexandre Lhotellier

Alexandre Lhottelier est un pionnier de l'approche existentielle en formation, psychosociologue, consultant, professeur à l'université de Nantes, il est notamment l'auteur de « Tenir conseil : délibéré pour agir » (éd. Seli Arslan 2000)

INTRODUCTION

J'entends par « spirituelle », une attitude tonique dans le questionnement du sens (dans tous les sens), du sacré de la vie et de la personne humaine – une attention continue au mystère de la naissance et de la mort - une ouverture au merveilleux et à l'inconnu de la vie cosmique - mais aussi une interrogation et un accompagnement de la souffrance devant le mal et le malheur sous toutes leurs formes.

Ce n'est pas un discours, mais une pratique de soi vers un plus être, vers une création agissante dans un renouvellement de soi continu. Sans cette mise à l'épreuve, tout discours est vain.

1. ET SI LA CRISE ÉTAIT SPIRITUELLE?

On parle beaucoup de crise économique, politique, mondiale, etc… Et si la vraie crise était « spirituelle » avant ou autant que d'être économique ? C'est ce manque de sens fondateur qui engendre tous les désirs de pouvoir, les appétits économiques, les délires érotiques. Les personnes écrasées par des pressions économiques pensent d'abord à survivre au quotidien.
Nous existons en miettes juxtaposées dans un grand bazar médiatique sans cesse renouvelé. Cette question du sens est négligée alors même qu'elle est en arrière fond de toutes nos questions.

Nous vivons en silence cette « étrange défaite » du sens. L'apprentissage du devenir humain ne se fait plus. La personne survit en miettes et à éclipses.

Si je reprends ce terme « d'étrange défaite » à l'historien Eric Dardel, c'est qu'il nous décrit ainsi la défaite de 1940 où tout s'est effondré en silence, brusquement, totalement, avec peu de résistance.

Ce qui est oublié, c'est que crise exige création. « Crisis » signifie aussi décision. C'est un moment décisif face au chaos actuel qui exige une mutation urgente, un choix éthique, une volonté d'éveil.

La spiritualité n'est pas un discours mais une pratique de soi en dialogue continu avec l'autre et le monde, le différent de soi (et non pas monologue fermé auto-satisfait), c'est chercher au tréfonds de son être, la force capable de faire bouger les montagnes.

Mais c'est précisément pour ce combat que nous avons à mieux fonder ce qui donne sens à nos vies. La spiritualité n'est pas un discours de consolation qui ne change rien au monde actuel.

Sommes-nous capables de sortir de la pression des communications incessantes, des consommations en tous genres, des manipulations idéologiques, en un mot, de nous désaliéner pour donner sens à nos actes ?

Si le terme « spirituel » est négligé ou rejeté, certains lui préfèrent le « moral », le « mental », le « fondamental », l' « éthique ». A chacun son vocabulaire. L'essentiel est de refonder le sens humain, d'exister comme principe nécessaire à une vie socio-économique partagée. Répondre au déni par un défi.

La crise du sens vécu n'est pas une généralité vague, c'est la mise en cause de chacun d'entre nous.

2. Dynamique du spirituelle

« Nous vivons trop peu en dedans,
Nous n'y vivons presque pas ». Maurice de Guérin

Le spirituel, terme tellement galvaudé qu'on ne sait pas comment l'aborder. Le séparer du religieux ne suffit pas. Et pas davantage une spiritualité « laïque » qui resterait en différence ou en opposition au religieux. Mais pas d'avantage une spiritualité « orientale », dépendante de pratiques mutilées de leur contexte.

Il s'agit bien d'approcher le fondamental d'une vie, non pas de l'esprit seulement, mais de l'existence la plus vivante, c'est-à-dire fonder une expérience primitive, fondamentale, irréductible, qui ne relève ni de la science ni de la religion.

Chacun ne peut donc témoigner que de son expérience, tenter de la clarifier. Seuls les actes signent le sens, car le spirituel ne saurait être une recherche de consolation ou une illusion affective.

La vie spirituelle est toujours un questionnement et une quête permanente (rien n'est jamais acquis), une œuvre ouverte et non pas dogmatique.

La vie spirituelle n'est pas une vie idéale ni un pari optimiste sur l'existence, mais une quête de sens affermi dans des actes.



Ce n'est pas un divertissement banalisé, mais un engagement qui ne finira qu'avec notre vie. C'est une initiation unique.

« Chaque être humain doit en somme inventer son propre destin en partant du chaos ». Powys – Autobiographie.

La vie spirituelle est à la fois une ouverture au mystère, une position face au tragique et la construction d'une présence totale, ordinaire, face à la répétition des jours.

Elle n'a de sens fort que d'être personnelle, sans être obligatoire. C'est la création, pour chacun, de sa propre musique comme de sa propre écoute, de son silence aussi, sans rien vouloir imposer à autrui.

La spiritualité est une voie d'éveil et de veille à la question du sens donné à notre vie.

Le souci (et le soin) de la radicalité fondatrice est à la fois étonnement, émerveillement, interrogation, souffrance, engagement devant le mystère du monde.

Il y a une connexion intime entre le fondement et le commencement. Sans fonder, commencer est toujours retardé, affaibli. Mais les mots sont trop usés. Ils ne semblent rien indiquer de nécessaire, d'urgent. Et cependant, sans ce fondement, aucun élan. Concevoir clairement le fondement de nos actes, c'est donner fermeté à notre volonté de sens, c'est prendre en souci, en soin, notre être tout entier, avec la simplicité de tout ce qui est essentiel, ce qui peut être aussi une définition du spirituel.

« Pour vivre dans un monde il faut le fonder ». Eliade – Le Sacré et le Profane

La faiblesse du spirituel en nous, c'est qu'il n'est pas fondement, mais trop souvent simple discours lénifiant, pseudo rassurant. Ce n'est pas ce à partir de quoi il y a action. D'où le flottement selon les pressions, les modes, et l'absence de cohésion, de force.

Qu'est-ce qu'un fondement ?

Cette question est au centre de nos flottements, hésitations, changements, faiblesses. Le fondement vise une centration, une résolution, là où sont prises toutes les décisions.

Ce n'est pas du tourisme où l'on se contenterait de visiter, de prendre connaissance comme par curiosité. C'est une prise en compte de ce qui est essentiel pour chacun.

Il y a flottement de nos actions car il n'y a pas de fondement assuré, médité, révisé. Cette attitude doit avoir la simplicité de tout ce qui est essentiel.

La vie spirituelle est la construction de la présence totale, à soi, à autrui, dans nos actes. Et c'est une joie partagée.

La vie spirituelle est d'autant plus faible qu'elle n'est que discours. Péguy écrivait déjà :

« La méthode révolutionnaire consiste à changer de vie ».

Affirmation reprise par P. Sloterdjik dans son gros livre « Changer la vie ».

Il y a révolution lorsque rien ne peut plus être comme avant. La rupture est donc dans la nouveauté. Le spirituel n'est pas rose ou fade. Il s'agit de devenir neuf, de prendre appui en soi-même. L'audace alors est l'espérance réalisée dans l'action. « Le facile et la pente, c'est de désespérer ». Péguy, « Porche de la deuxième vertu ».

3. POUR UNE DÉMARCHE UNITIVE

« Nous avons besoin de ce qui nous aide à penser par nous-mêmes : une méthode ». E. Morin

« C'est la qualité qui fait centre ». Ramuz (Deux lettres)

Si la démarche spirituelle a été édulcorée, abandonnée ou rejetée par une société hédoniste, prométhéenne, nous avons à lui redonner vigueur. Ce n'est pas idéaliser une vie chaotique, mais construire une pratique de soi face au chaos.

C'est parce que notre vie n'est jamais pleinement unifiée que nous avons besoin d'une démarche continue et non pas d'un tourisme spirituel.

Une démarche pour unifier notre vie, la tonifier. « Il n'y pas de plénitude, écrit Ramuz, là où il n'y a pas d'unité ».

Une démarche, c'est la construction continue du sens de notre existence. Nous sommes faibles car nous ne construisons pas de démarche personnelle. Nous nous contentons d'exister en miettes juxtaposées, un peu de ceci, un peu de cela. Une démarche ne peut être morcelée. Chaque moment se trouve intégré à l'ensemble et tire son sens de cette référence à l'ensemble. Une démarche est la quête ouverte du fondamental de notre existence.

Cette démarche est une construction permanente et le dialogue est l'essence même du processus en cours. Le dialogue, c'est partir de l'autre (reconnaissance), tenir l'entre (la différence), ouvrir le soi (présence). Aussi, une démarche ne saurait être égocentrique, dogmatique.

Si une démarche et non pas une intention vague peut se définir par trois axes :

- *Une vision globale de la société et des personnes, donc une visée de valeurs.*
- *Une écoute continue des processus en cours (écoute de situation).*
- *Un rythme continu d'actes cohérents avec la vision globale et les processus en cours.*

Chacun peut voir le travail permanent qui en résulte.

Une démarche est continue, créatrice, innovatrice et pas seulement une répétition du même, tout en sachant que cela ne peut se fonder que sur le quotidien ordinaire. La qualité de la mobilisation spirituelle décide de son issue (cf Gandhi, S. Weil etc…). C'est parce que notre vie est rarement pleinement unifiée que nous avons besoin de fonder notre démarche.

Une démarche, ce n'est pas une injonction à se mettre dans un moule, un modèle. C'est l'organisation claire de la vie choisie. Mais cela n'est jamais acquis une fois pour toutes. Il y a autant à tenir compte des temps multiples, des cultures de sociétés, institutions et personnes, temps multiples sans cesse en évolution, que du temps rythme personnel.

Une démarche, c'est donc la mise en forme de nos actes selon un certain style, travail qui prend naissance à l'étude des processus en cours.

Cette écoute va créer le rythme nécessaire à l'ensemble des opérations de méthode, à l'usage répété des outils, procédures etc… La démarche est constituante, instituante et non pas instituée, enfermée par des outils préfabriqués.

Une démarche se manifeste avec trois principes :

- *la simplicité des idées,*
- *la pauvreté des moyens,*
- *la proximité des personnes (dialogue).*

Ce que je cherche à préciser par une démarche, c'est la voie de l'extrême ordinaire : comment être à la hauteur du quotidien pour éviter la banalisation des actes.

Le langage utilisé ne peut être abstrait, jargonneux. Il s'agit au contraire que chacun puisse s'approprier sa propre langue.

La démarche spirituelle, c'est unifier notre vie en fonction de nos valeurs, la tonifier. Ce n'est pas du rose vague.

Il s'agit de créer un état de veille permanente, de créativité existentielle.

La démarche, c'est aussi le cheminement donc l'orientation, le sens et le temps de la marche.

Seule une démarche continue donne forme et force à nos conduites pour créer un style d'existence. On se souvient du mot : *« Le but de la pratique est de garder toujours notre esprit de débutant ».* Une démarche n'est pas un mode d'emploi tout prêt. C'est l'exigence d'une présence toujours renouvelée, une voie à ouvrir en permanence. Ce n'est pas non plus une imposition dogmatique.

C'est aussi un approfondissement permanent des dimensions d'humanisation de chacun.

La démarche vise un état de plénitude, d'accomplissement intérieur en même temps qu'une recherche permanente.

Sans le souci de cette démarche unifiante, il y a le risque de travail en miettes, sans efficacité.

La démarche spirituelle est :

1. Une voie unitaire, centrée.
2. Une voie dialogique.
3. Une voie créative.

La forme d'une démarche, c'est la manière dont la personne s'efforce d'atteindre l'unité de ses actes.

4. L'ENTRAINEMENT PERMANENT

« La réforme de vie est le socle sur lequel devraient converger toutes les autres réformes et celle qui devrait dans le même temps les irriguer toutes ». F. Morin, La Voie.

« Donnez-nous aujourd'hui notre faim quotidienne ». Bachelard.

« J'ai construit ma carrière avec dix minutes de réflexion et dix heures d'exercices par jour ». Béjart.

A. L'exercice continu de soi.
B. Le quotidien ordinaire comme exercice.
C. L'autoformation spirituelle comme œuvre ouverte.

Intelligence du partage.
Vivre en amitié.

Pour ne laisser aucune place aux illusions sur soi-même, il semble nécessaire de conscientiser l'expérience personnelle à trois niveaux d'entraînement continu :

1. Autoformation fondamentale
   Éthique – Politique – Economique
2. Autoformation existentielle
   Corporelle – Rationnelle – Imaginaire
3. Autoformation quotidienne ordinaire
   Dialogique temporelle – situationnelle -rythmanalyse

Les points 2 et 3 étaient travaillés par exemple dans l'École de Formation des Formateurs de l'IFEPP[1]. Il semble indispensable d'y ajouter le point 1. (cf. C. Arnsperger , Éthique de l'Existence Post-capitaliste).

A - L'exercice continu de soi.

L'exercice continu de soi n'a rien à voir avec l'efficacité fonctionnelle en société ou la capacité de performance supra normales. Le but de l'exercice n'est pas d'accroître le pouvoir, mais l'éveil à la question du sens et à la transformation de chacun à travers ce travail.

Viser ce que Schön appelle l' « artistry », c'est-à-dire la compétence à manifester une présence active dans les situations uniques, incertaines et conflictuelles.

C'est en fonction de cet impératif : se constituer continuellement comme sujet qu'il faut entendre la nécessité des exercices.

> *« Tout exercice spirituel est dialogique dans la mesure où il est exercice de présence authentique à soi et aux autres ». Hadot – Exercices Spirituels et Philosophie Antique.*

Il s'agit de renouveler la spiritualité en redécouvrant l'exercice spirituel. En effet, le spirituel n'est pas un discours, mais un travail sur soi.

> *« Vivre en pleine conscience, en pleine lucidité, donner toute son intensité à chacun de ses instants et un sens à sa vie toute entière », écrit Hadot à la fin de son Marc Aurèle.*

La tradition des exercices spirituels (cf. Hadot, Foucault Sloterdjik, etc…) a une longue histoire.

> *« La vie de l'auto-transformation constitue la seule manière de déconnecter notre condition humaine des mécanismes par lesquels le système l'utilise pour se perpétuer lui-même ». Arnsperger – Éthique de l'existence post capitaliste.*

[1] *Institut de Formation et d'Études Psychosociologiques et Pédagogiques*

B – Le quotidien ordinaire comme exercice.

On se souvient du texte de Péguy où il souligne qu'il est aussi beau de peler des pommes de terre que de bâtir des cathédrales. Il ne s'agit pas d'opposer une action à une autre mais de n'en négliger aucune.

Et si le quotidien est plein d'actes automatisés, il est nécessaire de les utiliser pour créer un nouveau contact avec notre propre profondeur, la répétition comme création.

C – L'auto-formation comme œuvre ouverte.

Une spiritualité vécue ne saurait être dogmatique et achevée. C'est une œuvre en marche, non pas une consommation de tout fait, mais une création personnelle et une construction en commun pour faire face aux urgences et inventer de nouvelles présences.

Cela nécessite l'intelligence du partage, le développement d'une nouvelle culture de réseaux, de services.

Le dialogue comme urgence. Vivre en amitié, en compagnonnage.

CONCLUSION

On ne peut pas différer la mise en œuvre d'une vie « spirituelle ». Ce n'est pas plus tard qu'elle sera nécessaire, c'est maintenant. Une orientation de l'agir fonde l'invention de l'avenir. C'est un appel à mobiliser toutes les ressources de la situation.

Le tragique de l'existence ne se réalise pas dans l'éther des abstractions.

DEBOUT LES VIVANTS !

METAMORPHOSE ULTIME

***

Oui ?
Oui,

A l'immensité silencieuse,
Ouverture à la présence,
Sentiment océanique,
Nulle foi ni extase,
Joie étrange d'un détachement,
Naissance de l'immanence
Sous toutes ses mutations,
Pure ouverture à la vie
Sous toutes ses formes.
Plus d'humanité en nous.

***